

УДК 159.96

М.Ю. КОЗЛОВ

Психиатрическая клиническая больница №4 им П. Б. Ганнушкина ДЗМ, г. Москва

Теория привязанности и психосоматические расстройства

Актуальность представленного теоретического исследования связана с высокой социальной значимостью психосоматических расстройств, недостаточной изученностью их этиологии, важностью установления роли психосоциальных, прежде всего межличностных факторов и разработки путей профилактики.

Целью исследования является суммирование современных представлений о связи ненадежных типов привязанности и психосоматических расстройств.

На текущем этапе развития теория привязанности является одной из наиболее конвергентных областей психологического знания, представляя собой синтез самых различных направлений, от поведенческой генетики и интерперсональной нейробиологии до эволюционной психологии и культурной антропологии. Наиболее известна теория привязанности в связи с исследованиями поведения детей в ситуации разлуки, проведенных Джоном Боулби в середине прошлого века. В его работах была показана патогенная роль ранней травмы отношений (разлуки, неглекта, насилия) на формирование специфических стилей поведения (тревожного и избегающего). Сформулированные «небезопасные» стили восприятия и поведения показали свою устойчивую связь с целым спектром психической патологии, поскольку обуславливали протекание базовых психических процессов (приближения и избегания в отношении значимых стимулов) необходимых для полноценного развития ребенка. Внимание исследователей, в этой связи, не могло обойти то влияние, которое оказывают ненадежные типы привязанности на развитие психосоматической патологии, поскольку психосоматический тип реагирования в ситуации психоэмоционального напряжения является достаточно типичной реакцией ребенка, не имеющего развитых навыков саморегуляции и вербализации эмоций. Прямые и косвенные результаты исследований показывают, что существует значительная корреляция между небезопасной привязанностью и психосоматическими заболеваниями, не только у людей, но и у других млекопитающих, что объясняется повышенной реакцией на стресс, у индивидов, имеющих опыт ранней травмы отношений (Maunder, 2001). Исследование, проведенное на пациентах, проходивших лечение от психосоматических заболеваний (127 участников) показало в соответствующих опросниках высокий уровень «дистресса привязанности», в сравнении с группой контроля (Herrmann, 2018), что подтверждает, как минимум корреляционную, а возможно и причинно-

следственную связь. Этот вывод подтверждается еще одним недавним исследованием, общим результатом которого является обозначение ненадежных типов привязанности и связанных с ними высоких уровней интерперсональной тревоги как факторов психосоматического риска. Важно отметить, что этот риск особенно высок у лиц, имеющих диагноз комплексного ПТСР или DESNOS синдрома (Disorder of Extreme Stress Not Otherwise Specified). Важно оговориться, что диагноз кПТСР отличается от традиционной нозологии, добавлением трех дополнительных измерений, а именно: эмоциональной дисрегуляции, негативной саморепрезентации и трудностей в отношениях с другими людьми, что соответствует представлениям о невротическом развитии личности под влиянием психотравмы, более привычной отечественным специалистам. Часто подобный диагноз выставляется при пролонгированной психотравматизации по причине жестокого обращения со стороны значимых фигур, что естественно искажает функционирование системы привязанности (Kubacka-Jasieck, 2019). В недавнем крупном мета-анализе, посвященном связи соматизации и небезопасной привязанности был показан небольшой, но значимый комбинированный размер эффекта ($\Delta \approx .12$ (95% CI .04 – .19)), что позволяет предположить, что тип привязанности в одиночку не может предсказать развитие соматоформных симптомов, но является одним из важнейших предикторов (Vesterling, 2020). В 2023 году вышло любопытное исследование, посвященное практической работе с психосоматическими симптомами, а именно, было показано, что курс когнитивной психотерапии, основанной на осознанности показал значительный положительный эффект в отношении самодифференциации и повышения чувства безопасной привязанности у женщин с психосоматическими симптомами, что косвенно может влиять, как следует из предыдущей части обзора, на выраженность психосоматических симптомов (Namjoo, 2023).

Вывод. Исследования последних десятилетий показывают важность небезопасной привязанности, являющейся, по всей видимости, медиаторным фактором между детской психологической травмой и ассоциированными стрессовыми расстройствами с одной стороны и развитием психосоматической патологии с другой, как следствия дисрегуляции механизмов стресс-реактивности, дефицита навыков стрессменеджмента, а также иных поведенческих, когнитивных и личностных дефицитов, нуждающихся в дальнейшем изучении.